

2º Prêmio de Desempenho Funcional—nova data



Tendo em vista a reprogramação do VII Seminário Brasileiro da Advocacia Pública, a Solenidade de Premiação do 2º Prêmio de Desempenho Funcional tem data prevista para o dia 11 de março de 2015. A AGU parabeniza todos os indicados à premiação!

Relação dos indicados ao 2º Prêmio de Desempenho Funcional da AGU e da PGF:

GABAGU

Greice Samara Ferreira
Marjorie Werneck Genofre Gonçalves
Rita de Cássia Rocha da Silva
Silvana Crispim Loureiro

CGU

Adriano Dutra Carrijo
Ana Valéria Andrade Rabelo
Denise Gonçalves Neto Balduino
Francisco Orlando Costa Muniz
Jorge Luiz Castilhos Garcia
Mariane Kuster
Sávia Maria Leite Rodrigues Gonçalves
Sérgio Eduardo de Freitas Tapety
Teresa Villac Pinheiro Barki
Wilson de Castro Júnior

PGF

Alexandre Azambuja Cassepp
Edibaldo Homobono Santa Brígida
Gustavo Scalco Isquierdo
Izis de Paula de Albuquerque
Isabella Maria de Lemos
Lionara Soares Pires de Oliveira
Marcos Bispo dos Santos Andrade
Mauro Sodrê Maia
Paulo Roberto Maria de Brum
Ricardo Caldas
Ronaldo Guimarães Gallo
Telma Sueli Feitosa de Freitas

ESCOLA

Andréa Takenaka Dias
Fabia Lopes Junqueira

SGCS

Leandro da Motta Oliveira

SGCT

Carlos Nestor Lima Passos da Silva Júnior
César Eduardo Ligabue

PGU

Alynne Andrade Lima
André Luiz Vieira de Moraes
Antônio Alves Ferreira
Carlos Antônio Alves de Mesquita
Francisco Vidal de Miranda
Hamilton Feijó de Araújo Paiva
Ligia Maria Alves Coelho
Lucas Gasperini Bassi
Nicóla Barbosa de Azevedo da Motta
Regina Borges da Silva Farçoni
Renata Frediani Morsch
Zilda Rodrigues de Sousa

CGAU

Francisco de Assis Oliveira Duarte
Marlene Aparecida Mateus

SGA

Ana Lucia Damasceno Botelho Torres
Dalila Silva dos Santos
Heles Resende Silva Júnior
Ivana Lopes Barros Silva
Jonatan Mariano Freire de Sousa
Tiago Silva Jacob
Wagnel Alves Rodrigues
Zenóbio Dionísio Borges

Dicas do Projeto Esplanada Sustentável—PES



A imagem ao lado é a realidade de **São Paulo** atualmente.

A água é um recurso esgotável. Tenha consciência!

Dica: reduza o tempo de banho e economize pelo

Espaço AGU Mais Vida

Você é intolerante ao Glúten?

A doença celíaca é causada pela intolerância ao glúten. Ela é uma doença autoimune, que afeta o intestino delgado e interfere diretamente na absorção de nutrientes essenciais ao organismo, como carboidratos, gorduras, proteínas, vitaminas, sais minerais e água. Caracteriza-se pela intolerância permanente ao glúten em pessoas geneticamente predispostas. O único tratamento é a dieta isenta de glúten por toda a vida.

Sintomas típicos: diarreia ou prisão de ventre, perda de peso, dores e distensão abdominal, enjoo, anemia por carências de ferro, osteoporose, amenorreia, carência de vitaminas e minerais.

Diagnóstico: exames laboratoriais e endoscopia digestiva com biópsia do intestino delgado (duodeno) para confirmação do diagnóstico.

Atenção: não inicie uma dieta sem glúten antes de investigar se você é celíaco.



Câncer de mama: prevenção a partir da nutrição



“OUTUBRO ROSA é uma campanha de conscientização à prevenção do câncer de mama e muito se fala no auto exame como forma de prevenção. Ele e os exames de imagens são importantíssimos mas é interessante ressaltar que são exames DETECTIVOS e não PREVENTIVOS, que irão auxiliar para um tratamento mais eficaz e rápido, apenas. Aí você se pergunta: e como prevenir? Com uma nutrição adequada você consegue de forma efetiva, prevenir e assim evitar essa doença através do consumo de alimentos que possuem características anticâncer e dessa forma ter ação quimiopreventiva. Quem são estes alimentos poderosos?

- Fibras, alimentos ricos em ômega 3, melatonina, curcumina (presente no açafrão), castanha do Pará, brócolis, azeite de oliva, alcachofra dentre outros.

Uma somatória entre genética e ambiente de exposição do indivíduo foi apontada por estudiosos do mundo todo, como o principal fator de risco para o surgimento de células cancerígenas, destacando a importância da boa alimentação.

O câncer representa uma alteração no orquestramento da fisiologia do ser humano e é sempre importante prevenir o efeito negativo de alguma exposição tóxica que possa estimular a formação de tumores. Por isso, dieta, nutrição e administração de nutrientes PERSONALIZADOS são importantes ferramentas para que o paciente obtenha bons resultados.

Alguns tipos de câncer são mais ou menos atribuídos à dieta, como os de mama, próstata, em que a influência alimentar chega a 75% dos casos; os de cólon, em 70% deles; os de pâncreas, bexiga e endométrio, em 50%; os gástricos, com 35%; e os de pulmão, laringe, faringe e esôfago, em 20%. A maior parte dos casos de câncer também são atribuíveis à obesidade, sendo essa doença a responsável por 14% dos casos em homens e 20% em mulheres.

A maioria dos casos de câncer tem um estágio pré-clínico longo. Acredita-se que um câncer pode levar de 10 a 30 anos para se manifestar clinicamente em um paciente, apenas com alterações celulares e genéticas. Sendo assim, também demonstra porque é tão importante a prevenção nutricional.”

Fonte: Fernanda Padovani